ほけん 保健だより 5月

2016・5・9
福井市和田小学校

新学期がスタートして１か月・・・。緊張もほぐれ、ゴールデンウイークも過ぎ、疲れがたまる時期です。校庭ではリレー大会の練習も始まっています。力いっぱい走れるように、夜はたっぷり睡眠をとって翌日にはすっきり目ざめてくださいね。もりにこウィークも９日からスタートです。

★心も体もスッキリ！早寝早起き　　★朝ごはん食べて「やる気スイッチ」ＯＮ！

5月の保健のめあて身のまわりをせいけつにしよう

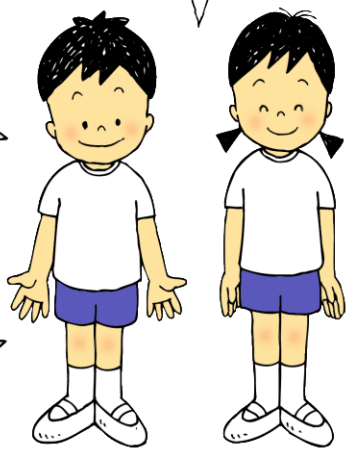
☆毎週月曜日には清けつ検査をしています。よい習慣が身についている人が増えてきています。

かみの毛はあらっていますか？前がみは目にかかっていませんか？（　）

○が6つあれば「和田のよい子」です！

朝、顔はあらいましたか？　（　）

つめはみじかいですか？　（　）



朝、昼、夜のはみがきしていますか？（　）

はんかち、はなかみはポケットに入っていますか？

からだはきれいにあらっていますか？（　）

5月の健康相談日　　５月１９日（木）１５：３０～　（お一人３０分くらい）

病気のことだけではなく「どこに相談したらいいのかわからない・・・」「新しい学年は始まったけれど、ちょっと気になることが・・」というようなことを、学校医の藤澤先生にお気軽に相談しませんか？一緒に考えましょう。ご希望の方は担任か保健室までお知らせください。